ホーム&ライフ ソリューション



五目ちらし(作りかた21ページ)



たまご雑炊(作りかた18ページ)



ひじき入り玄米ごはん(作りかた19ページ)



飯(作りかた20ページ)



野菜ピラフ(作りかた20ページ)

HITACHI Inspire the Next

日立IIHジャー炊飯器

取扱説明書·料理集

RZ-CS10形/RZ-CS18形

〈保証書付き〉保証書は裏表紙に付いています。 家庭用

お使いに	なる前に
	ため必ずお守りください2・3 なまえ2
ごはんを	欠く前に
	刻の合わせかた
ごはんの	欠きかた
白米 健康 (炊 保温に おさ 保温 予約 予約	の炊きかた //無洗米 (快速・おこげ・小電力) 8・8 // (メニュー
扱いかた	DESCRIPTION OF THE PERSON.
	れ
料理集 …	17~21
保証と	様 22 アフターサービス 26 ま相談窓口一覧表 25 東表緒 25

このたびは日立 IIII ジャー炊飯器をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。

ご使用になる前にこの取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。 お読みになったあとは、大切に保存し、必要なときにお読みください。 保証書は必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をご確認ください。

安全のため必ずお守りください

↑警告

この表示を無視して誤った取り扱いをする と、人が死亡または重傷を負う可能性が想 定される内容を示しています。

△注意

この表示を無視して誤った取り扱いをする と、人が損害を負う可能性が想定される内 容および物的損害のみの発生が想定される 内容を示しています。

絵表示について

この取扱説明書および製品への表示では、製品を安 全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への 危害や財産への損害を未然に防止するためにいろい ろな絵表示をしています。

その表示と意味は右のようになっています。 内容をよく確認してから本文をお読みください。

プラグの刃や刃の取付部分にほこりが

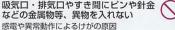
改造はしない 修理技術者以外の人は、 絶対に分解したり、修理をしない

火災・感電・けがの原因

修理はお買い上げの販売店または日立家電品 のお客様で相談窓口にで相談ください。

定格15A以上のコンセントを単独で

付着している場合はよく拭く





使用する 他の器具と併用する と分岐コンセント部 の異常発熱による発 火の原因

火災の原因



プラグはコンセントの奥までしっかり 差し込む

コードを傷つけたり、加工したり、無理に曲げた

り、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温

部に近づけたり、重いものをのせたり、はさみ

発煙・火災の原因

子供だけで使用させたり、幼児の手の 届くところで使用しない 感電・やけど・けがの原因

ぬれた手でプラグの 抜き差しはしない 感電の原因



コードやプラグが傷んでいたり、コン セントの差し込みがゆるいときは使用 LITELI

感電・ショート・発火の原因

交流100V以外の電源は使用しない 感雷・火災の原因



炊飯中は絶対にふたを開けない やけどの原因

コードが破損し、感電・火災の原因

込んだりしない



水につけたり、水をかけたりしない 感雷・ショートの原因



蒸気口に手を触れない やけどの恐れ 特に乳幼児には触れさせない



絵表示の例



を促す内容があることを告げるも

のです。図の中や近傍に具体的な

注意内容が描かれています。

この記号は禁止の行為であること を告げるものです。図の中や近傍 に具体的な禁止内容が描かれてい ます。



この記号は行為を強制したり指示 する内容を告げるものです。図の 中や近傍に具体的な指示内容が描 かれています。

注意

水のかかるところや、火気の近くでは 使用しない



使用時以外は、プラグをコンセントから抜く 絶縁劣化による感電・漏電による火災・やけど・ けがの原因

心臓用のペースメーカーをご使用の

場合は、本製品の使用にあたっては、 医師とよくご相談ください

本製品の動作がペースメーカーに影響を

プラグを抜くときは、コードを持たず

に必ずプラグ部分を持って引き抜く

コードを巻き取るときは、プラグを

与えることがあるため

持っておこなう

感雷・ショート・発火の原因

コードがあたってけがの原因



A

A

A

不安定な場所や熱に弱い敷物の上では 使用しない

火災の原因

感電・漏電の原因

専用の内がま以外は使用しない 過熱・異常動作の原因



内がまとっ手で本体を持ち運ばない ふたを閉め、本体のハンドルを持つ けがややけどの原因



使用中や使用直後は、内がまとっ手や 調圧キャップなどの高温部に触れない やけどの原因、 特に乳幼児には触れさせない



本体を持ち運ぶときは、フックボタン に触れない

ふたが開いて、けがややけどの原因



お手入れは本体が冷めてから行う 高温部に触れ、やけどの恐れ



壁や家具の近くで使わない また、キッチン用収納棚等を使用すると きは中に蒸気がこもらないようにする 蒸気または熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因

お願い

吸気□・排気□をふさぐような場所(壁から10cm 以内、じゅうたんやビニール袋、アルミ箔などの上) で使用しないでください。 故障の原因になります。

異物がついたまま使わないでください。 故障やうまく 炊けない原因

になります。



内がまを直火にかけたり電子レンジで加熱しない でください。

内がまとっ手が変形したり、フッ素被膜がはがれる原因 になります。

ふきんやタオル等、ふたを覆った状態で使わない でください。 変色・変形・故障の原因になります。

磁気に弱いものを近づけないでください。

キャッシュカード・自動改札用定期券・カセットテーブな どの記憶が消える恐れがあります。

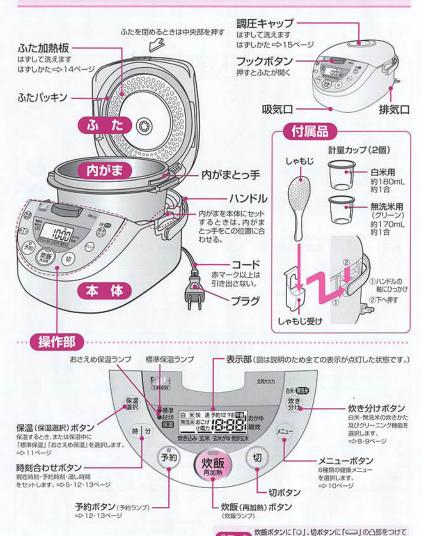
テレビ・ラジオ・インターホン・コードレス電話の 近くで使わないでください。 雑音や画面のちらつきの原因となる恐れがあります。

炊飯中はハンドルを立てたり、 本体を持ち運ばないでください。 蒸気が出てやけどの原因になります。



• 本体内側に金属製の小物 (アルミ箔など) が入っ たまま使わないでください。 変形・故障の原因になります。

各部のなまえ



目の不自由な方々に対して配慮してあります。

現在時刻の合わせかた

時計は、室温により1ヶ月に約120秒程度ずれることがあります。ずれているときは、以下の手順で現在時刻に 合わせてください。

例) 現在、午後8:30分で表示が午後7:27のとき ※午前と午後を間違えないようにしてください。

- 1 プラグを差し込む
- (約0.5秒間)
- 3 (時) および | 分) で時刻を 合わせる。(ボタン操作後、5秒 で点滅が点灯に変わると、完了)







炊飯中、保温中、予約中は 時刻合わせができません。 ボタンを押し続けると、早送 りになります。

メロディーとブザーの切り替えかた

- 炊飯開始と炊き上がりを メロディーでお知らせし ます。
- ●次の方法でメロディーの 標準と低音及びブザーを 切り替えられます。



早送りしない時刻合わせの操作

特に目の不自由な方にむいた機能です。

時計・予約の時刻合わせは、以下の手順で早送りしない操作方法に切り替えることができます。

早送りしない操作方法への切り替えかた

- ●内がまをセットした状態で行ってください。
- 1 プラグを差し込む
- 2 保温選択ボタンを押す ⇒ビッと鳴って保温になる
- 3 炊き分けボタンを5秒間押し続ける ⇒ブザーが短く8回鳴る
- 4 切ボタンを押す ⇒低い音でピッと鳴って保温が切れる
- ●通常の操作に戻すときも、同じ方法です。 (このとき③のブザーは1回だけ鳴ります。)
- ●「早送りしない操作方法」に切り替えると、 各種設定が以下の初期状態に戻ります。 炊き分け:白米(ふつう)、健康メニュー:炊き込み 予約1:午前6:00、予約2:午後6:00、浸し:30分

早送りしない操作方法での現在時刻の合わせかた

- 1) プラグを差し込む
- (2) 「時」または「分」ボタンを5秒間押し続ける

⇒ビッと鳴って「時刻合わせ」の設定になる

- 3 「時」および「分」ボタンで時刻を合わせる(ボタンを押し続けても早送りしません)
- (4) 炊き分けボタンを押し、時刻合わせを 終了する

⇒ビッと鳴って時刻合わせが完了

- ●時刻合わせ中に、保温選択ボタンを0.5秒間 押すと、ブザーがビビッと鳴って、午後0:00 (正午)になります。
- 予約時刻・漫し時間を変えるときにも、ボタンを押し続けても早送りしません。(それ以外は、 12・13ページの操作方法と同じです。)

おいしく食べるひとくふう

おいしく炊くには

お米は正しくはかる

- お米は、必ず白米・無洗米の種 類にあった付属の計量カップで はかってください。
- ●計量米びつは、付属の計量カッ ブの量と異なる場合があり、使 いかたによっては誤差がでるこ とがあります。

手早く十分に研ぐ

- ●お米は最初の水をいち早く 吸収します。ヌカのにおい がつかないように最初の水 は手早く捨てましょう。
- ●研いだ後は、水がきれいに なるまで十分洗いましょ

炊き上がったらほぐす

- ●底のほうからごはんをつぶさないよ うに、大きく掘りおこすようにほぐ 1,主す。 余分な水分が逃げ、ふっくらおいし
- ●炊き上がった後、そのまま保温する 場合でも必ずほぐしてください。

おいしく保温

少量のごはんは

●ごはんの量が少なくな ってきたら、なるべく 内がまの中央に盛るよ うにしてください。 (乾燥やべちゃつきを 防ぎます。)

白米で12時間を超え る保温や、白米以外 のごはんは、ラップ に包んで冷凍庫に保 存し、電子レンジで 温め直すとおいしく 食べられます。

おいしく保温するために次の保温はやめましょう

- ●12時間以上の標準保温、24時間以上のおさえめ保温。
- ●冷めたごはんの温め直しやごはんのつぎたし。
- ●しゃもじを入れたままの保温。
- ●白米以外(炊き込み、おこわ、玄米、発芽玄米、おか ゆ、雑炊など)の保温。
- ●お米をよく研がないで炊いたごはんの保温。

お米の知識

分づき米とは



3分づき米

5分づき米 7分づき米

- ●分づき米とは、上図のように、精米するとき に栄養素を残したお米のことです。
- ●3分づき、5分づき、7分づきとも「分づき米」 の水位目盛で、健康メニューの 玄米 で炊い てください。

水加減と炊き分け

●お米の種類やお好みに合わせて水加減をしてください。 ●お好みによっては「硬 (すし)」の水位目盛よりさらに少な め、「軟」の水位目盛よりさらに多めに水加減してください。

お米の種類	水加減	炊き分け
新 米	白米(無洗米)硬の水位目盛	
軟質米	白米(無洗米)ふつうの水位目盛	
硬質米		
胚芽米		白 米
古 米	白米(無洗米)軟の水位目盛	
長 粒 種 (輸入米)		
無洗米	白米(無洗米)の水位目盛	無洗米

なぜおこげができるの?

炊き上がったごはんの余分な水分をとり、香ばしさと風味を生み出すためです。おこげが気になる方は、洗米のとき 十分にお米を洗い、米ヌカをよく落としてから炊いてください。また白米以外のごはんや無洗米を炊くとおこげがで きやすくなります。

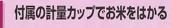
発芽玄米とは

- ●発芽玄米とは、玄米を水につけてわずかに発芽させたもので、ビタミン・ミネラル・食物繊維が白米より多く含ま
- ●発芽玄米を炊く場合は、発芽玄米1に対して、白米2の割合で混ぜ合わせ、「白米 (無洗米) ふつう」の水位目盛 (例:発芽玄米1カップ・白米2カップの時は、3カップの水位目盛に合わせる。)で水加減し、健康メニューの「発 芽玄米」を選んで炊いてください。また発芽玄米の種類によってはふきこぼれたり、炊き上がりがかためになった り、やわらかめになる場合がありますので、お好みにより水加減をしてください。

炊飯の準備

*雑炊は18ページを参照

例) 白米 で3カップのお米を炊くとき





お米を研ぐ

無洗米用計量カップでお米を はかる

必ず水洗いをして底からかき

混ぜ、お米と水をなじませる。

にごる場合は、すすぐ。



①たっぷりの水でサ ッとかき混ぜ、水 を素早く捨てる。



②「研ぐ→洗い流す」 をくり返し、水がき れいになるまで洗う。

白米(無洗米)

お願い

- 十分に洗い流してください。 (おこげが出来たり、ヌカ臭くなる
- 泡立て器などを使わないでください。 (フッ素被膜がはがれる原因)
- 無洗米に上から水を入れただけだ とお米が水になじまず上手く炊け ないことがあります。
- 無洗米のにごりが強いと焦げたり、 ふきこぼれたり、生煮えになるこ とがあります。

メニューに合った水位目盛で 水加減をする

無洗米

無洗米は製法によって水加減 が異なります。水位線を目安 にお好みで水加減してください



(1.0Lタイプの場合)

(炊込み4まで) 図 ふつう 硬 7-5.5 (FL) 1-4-1 -3--2-

お願い

- お米は水平にならしてください。 (炊きむらの原因)
- 水平なところで水加減してください。
- お湯は使わないでください。 (べちゃつきの原因)
- アルカリ度の高い水で炊飯すると、 ごはんが黄変したり、ベちゃつい たりする場合があります。
- 水位目盛「軟・ふつう・硬(すし)」 は目安です。お好みにより、水加 滅してください。

内がまを、本体にセットする

※内がまとっ手の位置を確実に 合わせてください。



お願い

内がまのまわり、底の水気・異物 をふき取ってください。

ふたを閉めプラグ

お願い

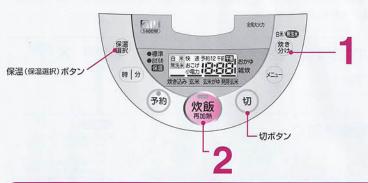
- ふた加熱板・調圧キャップがついているか確かめてください。
- ふたは「カチッ」と音がするまで、ゆっくりと確実に閉めて ください。

すぐに炊く場合 8ページ参照

健康メニューを炊く場合 10ページ参昭

予約して炊く場合 12ページ総昭

浸してから炊く場合 13ページ参照



炊飯容量と炊きあがるまでの時間の目安

※電圧100V・室温20°C・水温18°C・水加減はふつうの水位線の場合 ※炊飯時間は、電圧・室温・水温・水加減・お米の種類な どにより変わります。

data etc	/VI4	炊食	炊きあがるまでの		
XX C	分け	1.0Lタイプ	1.8Lタイプ	時間の目安	
白 米無洗米		0.5~5.5カップ	1.0~10.0カップ	35~70分	
白 米無洗米	快 速	1.0~5.5カップ	2.0~10.0カップ (無洗米は7.0カップまで)	27~50分	
白 米無洗米	おこげ	1.0~5.5カップ	2.0~10.0カップ	40~70分	
白 米 無洗米	小電力	1.0~5.5カップ	2.0~6.0カップ	40~70分	

おこげ

- ●「おこげ」は通常の白米よりうっすらと焦げめをつ け、風味をだすコースです。
- ●焦げめが少しかたくなります。

快 速

●「快速」炊飯とは、急いで炊くときのためのメニューです。通常の炊飯 に比べ、加熱時間やむらし時間を少し短くしてありますので、ごはんが 少しかためになったり、食味が少しおちることがあります。 特にお急ぎでない場合は、「白米」メニューでの炊飯をおすすめします

無洗米

- ●「無洗米」とは、洗わず(研がず)に炊けるお米のことで、普通に精米した場合に米粒の表面に残る細かいヌカを取り除いて あります。「無洗米」の製法・銘柄の種類によって炊き上がりに差がでる場合がありますので、水加減やお米の量はお好みで調 整してください。
- ●地域によって「無洗米」が入手しにくい場合もあります。
- ●付属の無洗米用計量カップを使い、「白米」(無洗米)の水位目盛で水加減してください。

小電力

- ●最大電力を約600Wにおさえて炊飯します。
- ●他の電気製品と併用して使用するときに使用します。(合計の電 力は、電源コンセントの定格を超えないようにしてください。)
- ●炊き込みなどの具や調味料が入る場合は、「小電力」コースを使 わないでください。
- ●通常の炊飯より時間が長くかかりますが炊飯にかかる電気代(電 力量)はほぼ同じです。
- ●最大炊飯量は1.0Lタイプは5.5カップ・1.8Lタイプは6カップま でにしてください。

炊き分けの設定内容を 確認する



8種類の炊き分けが選択できます。

白米 白米・快速 白米・おこげ

白米・小電力

無洗米 無洗米・快速 無洗米・おこげ

無洗米・小電力

■ブラグを差し込むと、現 在選択されている炊き 分けの設定を表示します。 白米 午前

〈例〉 白米 が選択されている場合

■ 分けを押して、炊き分 けを選択してください。 押すごとに切り替わります。 白米铁速 無法米おこげ リブ・デリブ 小畑力(しいししし

- ●点滅が選択している炊き分けです。
- 白米 および 無洗米 の [快速] は記憶しません。 次回は白米または無洗米に戻ります。



メロディ(ブザー)が鳴って、炊飯が はじまります



〈例〉残時間40分の場合

40

表示に変わる。 ●表示部に炊き上がりまでの残時間(目安)を、分単位で表示します

炊き上がりまでの残時間表示

- ・表示する残時間は目安であり、炊き分け・水温などの条件 により、実際に炊飯が終わるまでの時間と誤差が生じる場 合があります。また、表示する残時間は毎日同じ時間には
- ・本体が温かい場合などは、残時間表示が出ない場合があり ます。(現在時刻の表示になります。)炊飯ランプが点灯し ていれば炊飯中です。
- 通常多めに炊いていると、たまに少なめに炊いたり、快速炊飯 をすると残時間表示が途中で早めに切り替わることがあり ますが故障ではありません。
- 炊き上がりメロディ(ブザー)が 鳴ったら

すぐに、ごはんをほぐす

保

- ●長時間の保温はしないでください。 においや変色の原因になります。 標準保温のとき……12時間まで おさえめ保温のとき… 24時間まで
- ●保温中は、ふたの内側・ふたバッキン・内がま につゆがつきますが、ごはんの乾燥を防ぐた めで故障ではありません。

■保温ランブが点灯し、自動的に保温

- 保温 の設定の切り替えは 11ページを参照してください。
- 表示部に保温経週時間をOh~ 24hまで1時間単位で表示し 白 米 ます。(25時間以上になると 現在時刻の表示になります。)



CII-

ほぐさないと余分な蒸気を吸ってベタついたり固まること

炊き上がったごはんの中央部が、ややくぼんだり、内がま に触れている部分がやわらかくなることがあります。これ は「円」加熱の特長で、内がま自体が発熱し、ごはんをつつ み込んで炊き上げるためです。

ごはんがなくなったら⇒∜切を押し、プラグを抜く。



(プラグを抜いた状態)

ごは

h

の炊きか



ごはんの炊きかた健康メニュー

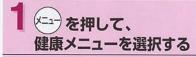
炊き込み/玄米/玄米がゆ/発茸玄米/雑炊/おかゆ

健康	- 康 表示		炊飯	容量	炊き上がり	料理集
メニュー	数 小	水位目盛	1.0Lタイプ	1.8Lタイプ	までの時間の目安	参照ページ
炊き込み (おこわ) 注1) (麦ごはん) 注2)	10:00 部分 対き込み 玄米 玄米が発明玄米	炊き込み (おこわ) (分づき米)	1.0~4.0カップ	2.0~7.0カップ	40~65分	20ページ
玄 米 (分づき米) 注3)	おかゆ 雑炊 炊き込み 玄米 玄米が9 見明玄米	玄 米 (分づき米)	1.0~4.0カップ	2.0~7.0カップ	80~110分	19ページ
玄米がゆ	1 <u>回・</u>	玄米がゆ	0.5~1.0カップ	0.5~1.5カップ	100~120分	19ページ
発芽玄米 注4)	がかり は次 大き込み 玄米 玄米がり 発見玄米	白米(無洗米) ふつう	1.0~4.0カップ	2.0~7.0カップ	40~65分	_
雑 炊	【ロ:〇〇 おかゆ 版次 炊き込み 玄米 玄米が今見明玄米		ごはん600gまで 注5)	ごはん900gまで 注5)	4~15分 注6)	18ページ
おかゆ	10:00 おかり 触状 炊き込み 玄米 玄米かり 発明玄米	おかゆ	0.5~1.5カップ 注7)	1.0~2.5カップ 注7)	60~80分	19ページ

- 注1)おこわは、「おこわ」の水位目盛で水加減し、炊き込みを選ん で炊いてください。
- 注2) 麦ごはんは、「分づき米」の水位目盛で水加減し、炊き込みを 選んで炊いてください。
- 注3)分づき米は、「分づき米」の水位目盛で水加減し、玄米を選ん で炊いてください。
- 注4) 発芽玄米は発芽玄米1に対して白米2の割合で使用してくだ さい。また発芽玄米の種類によっては炊き上がりがかために なったり、やわらかめになる場合がありますので、お好みによ り水加減をしてください。
- 注5) ごはんの重さの目安:茶わん1杯で約200g

飲き上がりまでの残時間は表示しません。

- 注6)冷やごはんからの場合、約4分程度長くなります。また、入れ る具によっても多少変わります。
- 注7)5分がゆを炊く場合、お米の量を約半分にしてください。



●押すと炊き込み→玄米→玄米がゆ→発芽玄米→雑炊→お かゆの順に - マークが移動し、おかゆの次は炊き込 みに戻ります。炊飯するメニューを選択してください。 ※次回から、メニューボタンを押すと前回お使いの健康メ ニューから表示されます。





- メロディ(ブザー)が鳴って、炊飯がはじまります
- メロディ(ブザー)が鳴り、 「保温ランプ」が点灯したら、でき上がり。
- ●でき上がったら、なるべくお早めにお召しあがりください。
- 健康メニューの保温はしないでください。(変 色や、においの原因)

ごはんがなくなったら⇒(切)を押し、プラグを抜く。

- ●保温中のごはんや、冷やごはんで作ります。
- ●火の通りにくい具を入れるときは、あらかじめ火を 通しておいてください。
- ●レトルトバックのリゾットのあたためにも便利です。

保温について

おさえめ保温

*ごはんの温度を周期的に下げて、乾燥を防 ぎます。

このため、ごはんの温度が低く感じるときがありますが異常で はありません。





- ●おさえめ保温中は低めの温度で保温します。ごはんの温度が 低く感じる時は、お好みに応じて再加熱してください。 (標準保温中:約6分・おさえめ保温中:約10分)
- 動さえめ保温を選択すると、次回もその設定を記憶していま す。
- ●おさえめ保温中は、つゆがふたの内側、ふたパッキン、内が まにつきますが、ごはんの乾燥を防ぐためで故障ではありま せん。
- ●もう一度(保温)を押すと、通常の保温に戻ります。
- ●表示部に保温経過時間をOh~24hまで1時間単位で表示し (25時間以上になると現在時刻の表示になります。)

お願い

- おさえめ保温の場合は、24時間までにしてください。 (においや変色の原因になります。)
- 保温中、においが気になる場合は、お手入れ(15ページ)をして ください。

保温中のごはんの再加熱

*保温中のごはんをさらに温めたいとき

ごはんをほぐして、 平らにする

お願い

- ごはんの量は「白米」の水位目盛の3以下を目安にしてくだ。 さい。(加熱ムラの原因)



- 炊飯ランプが点滅し、再加熱を行います。
 - 炊飯直後など本体が熱いとき、または本体が冷たいときは、 ブザーが鳴り再加熱できません。
 - ●途中で止めるときは(切)を押してください。

保温に戻すときは、さらに(保温)を押してください。

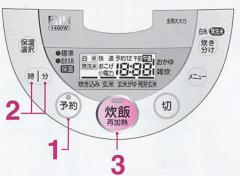
お願い

- 何度もくり返して再加熱しないでください。 (乾燥やおこげの原因)
- 冷めたごはんの温めなおしはしないでください。
- メロディー(ブザー)が鳴って、炊飯ランプが消えたら再加熱終了です。 (標準保温中:約6分、おさえめ保温中:約10分)



予約炊飯のしかた

食べたい時刻に炊き上げるとき(予約炊飯)

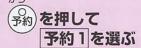


炊	き分け	メニュ	-	健康メニュー				
現在8			刻から	-	現在時刻から			
X	1-	1.01947	181947	メニュー	1.0L947	181947		
白米	(305)	57分	70分	玄 米		110分		
無洗米	اردداوا	64分	75分以內	X X	1375	12079		
白米	je 18	47分	59分	7711/ ±114	120分	125分		
無洗米	快速	48分	53分	玄米がゆ	以内	以内		
白米	おこげ	63分	72分	発芽玄米	60分	68分		
無洗米	OCI	66分	75分	光才五木	13179	DIP		
白米	小電力	58分	67分 以内	おかゆ	75分	85分		
無洗米	小帽刀	61分	70分	מו ינו כס	以内	以内		

例) 予約1 に炊き上がり時刻を午前7:30に予約する場合

※予約は12時間以内を目安にしてください。

現在時刻が合っていることを確認して



・現在時刻は、午前と午後も確認してください。

● (予約)を押す毎に 白米 予約1 → 予約2 → 浸し時間

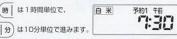


の表示にかわります。

●炊き分け設定(8・9ページ)または健康メニュー設定(10ページ) を確認してください。

を押して 炊き上がり時刻を 合わせる

● 時 は 1 時間単位で、



予約1 午前

※予約炊飯の場合炊き上が

示します

るまで予約した時刻を表

- ●押し続けると、早送りになります。
- ●一度セットした予約時刻は、変更するまで記憶しています。
- ●午前と午後を間違えないように注意してください。

を押す



- ●ブザーが鳴り、予約ランブが 点灯。→予約完了。
- ●予約の取り消しは(切)を押 してください。
- 予約2 にセットするときも、 同じ要領で行います。
- 予約1 予約2 によく使う時刻を記憶させると便利です。
- ●次回からは(予約)で「予約1 か 予約2 を選び(炊飯)を押す だけでセットできます。

お米を浸してから炊くとき(浸し炊飯)

●具や調味料の入るものは浸し炊飯をしないでくだ さい。(沈殿してうまく炊けないため)

●浸し中の温度を制御し、お米に水を充分吸わせてお いしく炊き上げます。浸す時間の目安は夏場30分 程度、冬場60分程度をおすすめします。予約炊飯 との組合せはできません。

例)60分浸してから炊く場合

を押して、 浸し時間表示 にする



の表示にかわります。

- ●炊き分け設定(8・9ページ)または健康メニュー設定(10ページ) を確認してください。
- ●浸し時間は前回セットした時間を記憶しています。

を押して、 浸し時間を合わせる

●押す毎に以下の順で、10分単 位で時間がかわります。



30分 → 40分 → 50分→ 60分 → 10分 → 20分

の順に表示がかわります。

を押す



- ●ブザーが鳴り、予約ランブが 点灯。→予約完了。
- ●炊飯を開始すると、炊飯ラン ブが点灯します。



浸し中は炊き始めまでの残 時間を分単位で表示



お手入れ

- ●お手入れするときは、必ずプラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。
- ●ベンジンやシンナー、みがき粉、たわし類は使わないでください。(表面を傷つける原因)

しゃもじ・しゃもじ受け・計量カップ

食器用洗剤を使い、スポンジなどのやわらかいもので洗う。

本体・ふた

固くしぼったふきんでふく。

ふた加熱板

ふたからはずして、食器用洗剤を使いスポ ンジなどのやわらかいもので洗い、水をふ き取る。

■はずしかた



●つまみ部(両側)の 下側にあるボタンを 押しながら手前へ はずす。

●ふたパッキンは、 はずせません。

■取り付けかた



①ふたパッキンが手前 側にくるように取り 付ける。 ②フックをふたの切欠

きに差し込み、 ③つまみ部(両側)を 「パチン」と音がす るまで押し込む。

Lつまみ部のでっぱった方が 手前になります。

つけ忘れて炊くことを防ぐため、ふた加熱 板を付けないとふたが閉まりません。

お願い

- ふた加熱板は分解しないでください。
- 食器乾燥器や食器洗い機は使わないでください。

温度センサー

こびりつきができたら、細かい紙ヤス リ(600番程度)に水をつけてこすり 落とし、固く絞ったふきんでふき取る。

吸気口・排気口

吸気口・排気口 のごみを掃除機 で吸い取る。吸気



内がま

内側は、スポンジなどのやわらかいもので洗う。外側は、洗っ て水気をふき取り、水あか等が付着した場合は中性洗剤を使い、 ナイロンたわしで洗う。

お願い

- 変形するとおいしく炊けなくなることがあります。取り扱いはていねい にお願いします。
- フッ素被膜をいためないために、次のことをお守りください。 ○付属のしゃもじを使う ○スプーンや茶わんなどを入れて洗わない ○内側は、みがき粉やたわしで洗わない
- フッ素被膜は、ご使用により消耗しますので、大切にお使いください。

使用中、色むらができることがありますが、性能や、衛生上の 支障はありません。

調圧キャップ 本体からはずして、食器用洗剤を使いスポンジなどのやわらかいもので洗う。 ■調圧キャップのはずしかた

①本体から取りはずします。



②図のようにもち、キャップ本体の ▲マークを「はずす」の方向に回し、カ バーの▼マークと位置を合わせると はずれる。 この位置を合わせる



②キャップ本体の▲マークをカバー ③調圧キャップの中央部を押さえて、 の▼マークの位置と合わせ、3ヶ所 の爪を確実にはめ込み「しめる」の 方向に回してカバーの

▼ マークの

位置まで回して取りつける。



確実に差し込む。

においが取れにくい場合

炊き込みごはん・雑炊や保温の後のにおいが気になるときには、以下の方法でお手入れしてください。

内がまに水を入れる

■調圧キャップの取りつけかた

バッキン

①バッキンをカバーの満に入れる。

カバー

爪(3ヶ所)

- ●水の量は、1.0Lタイプでは「白米(無洗米)」の水位目盛1まで、 1.8Lタイプでは「白米(無洗米)」の水位目盛2まで。 ※水以外(洗剤など)は絶対に入れないでください。
- (2) 炊き を押して 白米 快速を選択する



約20分程度経ったら 切 を押す

- ●終了直後は、内がまやふた加熱板が熱くなっていますので、 本体が冷めてからお湯を捨て、水滴をふき取ってください。
- ●においによっては、完全に落ちないものもあります。

こんなときは

z,	お調べいただくこと	米の量・水加減をまち	洗米をすすがなかった	異物がついている いたり、温度センサーに いたり、温度センサーに	ついている キンにごはん粒などが 内がまの線・ふたバッ	内側をきれ	調圧キャップつけ忘れ	をまちがえた をまちがえた	炊飯中にふたを開けた		たこ足配線をした延長コードの使用、	かった		「切」ボタンを押した。途中でブラグを抜いたり	100
	参照ページ	7	7	14	14	14	15	8.10	=	-	=	8.9	11	-	11
炊き上が	かたすぎる	0		•	0			0	0		•	0			
ご上	しんが残る(生煮えになる)	0		•	•									0	
んっ	やわらかすぎる におう		_	0		_		0	0	•	•				
			0	_		0					_				
	くこげる	_		0	_	_	_	-			0	_			-
	こぼれる	0	•	•	0	0	0	0						0	
	コ以外から蒸気がもれる				•								-	0	
に保温	におう	-	0	-		•	•			•		0	0		
んがの	黄変する かたくなる	0	•	•	0			-						0	
	温度が低い	•			_	_	-				-	•	•	•	
	こつゆがつく											0		0	0
	ン操作できない	- 403	1=1.	SAT HATT	ていません	410	0	r+ 200 I		_		•		-	-
	中に音がする				ではあり		0								
	A CANADA A	0.10000	10000	- Nacional State	蒸気の出		3.30	CHENCH.							
予約	時刻に炊けない	0.10000	10000	- Nacional State	200000000000000000000000000000000000000		3.30	CHENCH.					→5·12ベ	ージ参照	8
	時刻に炊けない 船始すると[]の表示がまわる	現在	時刻が	合っているた	200000000000000000000000000000000000000	の午前	·午後	が合って	いる	か確	認してく			ージ参照	8
炊飯 炊飯 炊飯 進ん		現在炊作	時刻が 波残時	合っているた 間を表示	N、予約時間	の年前の目、	·午後表示	が合って がまわ	いる	か確	認してく	ださい。	→5·12ベ	一ジ参照	8
炊飯器 炊飯器 進んだ 間どる	制始すると【】の表示がまわる 残時間表示が、一度に数分 だり、止まったりして、時 おりに炊けない	現在炊作おし	時刻が設践時間	合っているだ 間を表示 炊き上げ	r、予約時間 するまで(るために、	の年前の目、途中	·午後 表示 で残	がまわけまり	いる りま 変れ	が確 きす。 つるさ	認してく ことが	ださい。	→5·12ベ		
炊飯 炊飯 進んだ 間どる 炊飯	制始すると【3の表示がまわる 残時間表示が、一度に数分 だり、止まったりして、時	現在炊作おい本体おお	時刻が設践時にいしくは	合っているが 間を表示 次き上げ いときは、 最初に次	n、予約時間 するまでの るために、 残時間表	の午前 の間、 途中 示が出な	·午後 表示 で残 ないこ	が合って がまわ 時間か ことがあ する場	いる りま 変れ りま	か確 を す 。 の る る す。 & あ り	認してく	ださい。 ありま ューは	→5·12ベ す。	きせん	ı _o
炊飯り 炊飯り 進んが 飲飯り 炊飯り 炊飯り 炊飯り 炊飯り 炊飯り	制始すると[]の表示がまわる 浅時間表示が、一度に数分 だり、止まったりして、時 おりに炊けない 浅時間表示が出ない	●現在 ●炊館 ●おり ●本体 ●おおまで	時刻が 返残時 いしくは いしくが はが はが後、 にが気に がまの	合っているが 間を表示 炊き上げ いときは、 最初に炊た なる場合	n、予約時間 するまで(るために、 残時間表え 飯するとき	の午前 の間、 途中 示が出た はにお ジを参り こごは	・午後表示で残ないにいかいないがいたいないないない。	が合って がまわ 時間か ことがあ でする場 てくださ	いる。りまでたい。	か確 ます。 す。 & あり	認してく ことが 建康メニ ます。 いませ	ださい。 ありま ューは ご使用	→5·12ペ す。 残時間がて とともにな	きせん	ı _o
炊飯り 炊飯り 炊飯り 炊飯り 炊飯り 炊飯り	制始すると(3)の表示がまわる 残時間表示が、一度に数分 だり、止まったりして、時 おりに炊けない 残時間表示が出ない するとき、においがする が閉まりにくい	 現在 ・ 次 ・ 本体 ・ 本体 ・ ままる ・ 内が ・ おりまする ・ はいまする はいまする はいまする はいまする	時刻が減残時にはない。 ないが温からないがまから、表時を持ちずる。 ないがまから、表になった。 ないがまから、表になった。 ないがまから、表になった。 ないがまから、表になった。 ないがまから、表になった。 ないがまから、表になった。 ないがまから、表になった。 ないがまから、表になった。 ないがまれば、これには、これには、これには、これには、これには、これには、これには、これには	合っているが 間を表示 吹き上げ・ いときは、 いときは、 いま初に場合 た。 なる。 たと合われれ フを おいてす。 ブ	へ、予約時間 するまでで るために、 残時間表 飯は15ペーンパイン・ でくりなおして、 のなおして・ なる毎に・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	の午前 の間、 途中 示が出な はに移 こさられ こくだまれ こくだまれ	・午表で残いたいがいがいた。 で残いたがいがいない。 に対していまたが	が合って がまわ がまわ があるだって なまなうまべ で く だ す り ま る に な る に た に に に に に に に に に に に に に に に に に	いるが変われい。いっているというできますが、こうではいいできますが、こうではいるはいできます。	か確認 ます。 ⑥ す。 ⑥ かてし ・14・14・14・14・14・14・14・14・14・14・14・14・14・	認してく ことが、 主康メニ ます。 いませら いなーシ	ださい。 ありま ユーは用 んか照 体に内在	→5·12ペ す。 残時間がで とともにな 成している 成している	ませんくなり	26
炊飯を放ける 次飯 炊飯 炊飯 炊飯 炊飯 かかん かかん かかん かかん かかん かん かん かん かん かん かん か	製給すると(2)の表示がまわる 残時間表示が、一度に数分 だり、止まったりして、時 おりに炊けない 残時間表示が出ない するとき、においがする が閉まりにくい が閉まらない または 40 表示になる 郷に (4、(2)を	 現在 炊作 おお本本おまで 内が おびずる では では では では 	時刻がは 変残時にいいがある。 ないがある。 ないがある。 ないがある。 ないがある。 ないでは、	合っているが 関を表示 次き上げ いときは、 最初な場合 なる。ふたし りと合て入って ませせれれず ませんれず。 までの使用 にの使用	ハ、予約時間 するまでで、 残時間ときっために、 残時間ときった。 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	の午前の間、 途中ではながった。 とながった。 となができながった。 となができながった。 となができながった。 となができながった。 となができながった。 となができなができなができなができなができなができなができなができなができなができ	・午表でいるい照んでし、いまいっと	が合って があまり があるだとすり うるに に に に に に に に に に に に に に に に に に に	いるりまであるい。いっすーな温に圧力	か確認す。	認してく ことが ます。 いペーシ ないまを低 は、すび 低 ますを低	ださい。 ありま ユー使用 んか照 体に現有 に依頼く	→5·12ペ す。 残時間がで とともにな 成している 成している	ません くなり うりチな うせなし	7.A.
炊飯飯がという 炊飯 かんだい 大変 かんしょう 大変 あんしょう 大変 かんだい あいい かんだい 表表	製給すると(2)の表示がまわる 残時間表示が、一度に数分 だり、止まったりして、時 おりに炊けない 残時間表示が出ない するとき、においがする が閉まりにくい が閉まらない または 40 表示になる 郷に (4、(2)を	・現め・ おおまり・ かかがり・ かかがり・ かがり・ を延り・ でいます・ でいます	時刻がらいた。 はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいか	合っているが、 いときは、 次き上げ、 、いときは、 、ないときは、 、ないです。たいです。とのです。 では、ますして、 では、これです。 では、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これ	、予約時間 するまでに、 残飯は15ペーン(付 りなるラマッと かんこう で りなるラマット で いったり に いったり に いっと いっと いっと いっと いっと いっと いっと いっと いっと いっと	の午前 の中前 途か出にお参い。 こからには多いです。 こからには多いです。 こからになるできます。 こからになるできます。 これできまする。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできまする。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできまする。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできまする。 これできまする。 これできます。 これできまする。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできまする。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできます。 これできまする。 これできます。 これできます。 これできまする。 これできまなななる。 これできまななる。 これできなななるななななななななななななななななななななななななななななななななな	・ 生表ではいばんて・いまいっとノ 見の かいかい だいにん にがたでいる	がかい時にとすてくなまな→3 表版版で記されている。 なまな・3 表版版で記されている。 なまな・3 表版版で記されている。 なまな・3 表版版で記されている。 なまな・3 表版版で記されている。 なまな・3 表版版である。 なまな・3 表版版である。 ない。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ない。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ない。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 ないる。 な。 。 ないる。 ないる。 ないる。 。 ないる。 。 ないる。 ないる。 。 な。 ないる。 。 ないる。 。 。 ないる。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	いる。まであるい。つって温に近いき、	か確す。	認してく とが、ここと はまま、いべ、 いはま換やい。 を はま換やい。 を は を した。 を した。 と りた。 と と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と りた。 と うと と う と う と う と も と も と も と も と う と も と も	ださい。 あって、 ないでは、 ない	→5・12ペ す。 残時間がで とともにな 成している 筋切を合れ ださい。	ません くなり うりまな うせない どに表	かんさいた

- ■以上の点をお調べいただき、その上でご不審な点がありましたら、お買い上げになった販売店などにご相談ください。 ■内がまが変形・フッ素被膜がはがれた場合は、お買い上げになった販売店などで新しくお買い求めください。
- ●1.0Lタイプ(ウチガマ:RZ-AS10-001)6,930円(総額6,600円)●1.8Lタイプ(ウチガマ:RZ-CS18-001)7,770円(税拡7,400円)(2004年7月限在)

使用中、停電に なったとき

16

保温中 再通電後、炊飯を続けます。 再通電後、保温を続けます。 (ごはんの温度によっては、保温をやめます。) を続けます。

予約(浸し)中 再通電後、予約(浸し)



- だし汁 (スープ) を入れたら、よく ごはんをほぐしてください。 具はごはんと混ぜずに、ごはんの上
- にのせてください。 保温はせずに、お早めにお召し上が
- りください。 時間がたつとノリ状になります。



- 水と調味料を合わせて水加減し、よ くかき混ぜてください。沈澱すると うまく炊けないことがあります。 (汁気の多い具を使うときは、汁気 を絞り、その汁と調味料を合わせて ください。)
- 具は米の上に広げてのせ、混ぜない でください。(市販の炊き込みの具 で、かき混ぜる指示があっても混ぜ ないでください。)
- 予約炊飯・保温はしないでくださ い。においや姿質の原因になります。
- 具の量はお米の重量の30~50%が 適当です。(お米1カップ分につき 具の量は45~75g)
- 水を吸いやすい具は、あらかじめ火 を通しておきます。





保温はせずに、お早めにお召し上が りください。 時間がたつとノリ状になります。

〈雑炊〉	Total Port of the Park	〈麦ごはん・玄米〉	
●たまご雑炊	18ページ	●麦とろごはん	20~-5
●トマトとツナのリゾット風雑炊	18ページ	●ひじき入り玄米ごはん	19ペーシ
〈おかゆ〉		〈炊き込み〉	
●青菜がゆ	19ページ	野菜ビラフ	20ペーシ
〈玄米がゆ〉		〈おこわ・すしめし〉	
●玄米あずきがゆ	19ページ	●赤 飯	20ペーシ
		●すしめし	214-5
		●五月ちらし,	214-5

●この料理集で使用しているカップは お米……1カップ 0.18L(約1合) 無洗米は無洗米用カップ……1カップ O.17L(約1合) その他の材料……1カップ 0.2L

●この料理集で使用している単位は 1kcal (キロカロリー) = 4.2kJ (キロジュール) 1mL ($\exists UUyhu$) = 1cc ($\vartheta-\vartheta-$)

●この料理集に使用しているスプーンは

	小さじ(5mL)	大さじ(15mL)
酢·酒	5g	15g
しょうゆ・みりん	6g	18g
塩	6g	18g
砂糖	3g	9g

ワンポイント

- だし汁は「市販の雑炊のもと+ 水] でもおいしくできます。
- だし汁の量はごはんの量にあわ せて調節してください。
- すでに火の通った具(おかずの 残り物など)や、にらなどの火 の通りやすい野菜を入れてもお いしくできます。



でき上がり目安:約6分

●1人分 約130kcal

材料(4人分)

保温中のごはんまたは冷やごはん……… 300g だし汁 (水+粉末だし1袋) …… 400~450mL とき玉子…

作りかた

①保温中の場合「切」ボタンを押して保温を切り、 残りごはんがひたひたになるよりも少し多めに なる程度のだし汁を入れ、ごはんをほぐしてお きます。

②健康メニューの「雑炊」を選び「炊飯」ボタンを押

③でき上がったら、とき玉子をまんべんなくかけ、 軽くかき混ぜ、器に盛ります。

炊

でき上がり目安:約12分

●1人分 約300kcal

材料(4人分)

保温中のごはんまたは冷やごはん…… 300g トマトの水煮 (缶詰) …… 小1缶(200g) ツナ (缶詰・ノンオイル) …… 小1缶(165g) 「玉ねぎ (みじん切り) …………小 小 小 個 A マッシュルーム (スライス) ······ 6~8個 バター----- 20g スープ (固形スープ1個をとく) … 500mL程度 塩・こしょう……………… 少々 パセリ (みじん切り) ………… 少々

作りかた

①トマトの水煮は、汁を別の容器に取り、トマト を1cm角に切って汁と合わせておきます。ツナ は汁気を切ってほぐしておきます ②保温中の場合[切]ボタンを押して保温を切り、 残りごはんに①で用意したトマトの水煮とスー ブを入れて塩、こしょうをし、軽く混ぜます。 ③Aとツナをのせ、健康メニューの「雑炊」を選び

炊飯ボタンを押します。 ④でき上がったら、器に盛り、パセリを散らし

ワンポイント

具やスープの量は、ごは んの量にあわせて調節し てください。

市販のレトルトバック等 を利用すると、簡単にお いしくできます。





健康メニュー 玄 米

でき上がり目安:約90分

●1人分 約460kcal

材料(4人分)

玄米 カッ	フ3
「油揚げ	2枚
A もどしたひじき	80g
にんじん (せん切り)	
「酒 大さ	
B しょうゆ 大さじ塩 小さ	11/2
白いりごま	少々

作りかた

①油揚げは熱湯で油抜きしてから、たんざくに 切ります。 ②玄米は軽く洗い、ごみなどを取り除いてから

Bを入れて軽くかき混ぜ、 「玄米」の水位目盛3より やや少なめに水加減します。

③Aをのせ、健康メニュー の玄米を選び、炊飯ボタ ンを押します。 ④炊き上がったら、ほぐし

て器に盛り、白いりごまを振ります。



ワンポイント

ビタミンB1・ビタミンE・ 食物繊維などを多く含む 玄米を、食べやすいおか ゆでどうぞ!

あずきの量とゆで具合は お好みで調整してくださ

青

健康メニュー おかゆ

でき上がり目安:約70分

●1人分 約130kcal

材料 (4人分)

1311 (17 ()37		
米 (うるち米)		カップ
大根の葉または	お好みの青菜	20
塩		少人

作りかた

①大根の葉はみじん切りにします。 ②米は研いでから、「おかゆ」の水位目盛1に 水加減し、①を入れます。

③健康メニューの おかゆを選び、炊飯ボタ

ンを押します。 ④炊き上がったら、お好み

で塩を加えて軽く混ぜます。 0.5



健康メニュー 玄米がゆ でき上がり目安:約120分

●1人分 約130kcal

あ

材料(4人分)

あずき

作りかた

①あずきは一度ゆでこぼし、新しい水で硬めに ゆで、あずきとゆで汁とに分けて冷まします。 ②玄米は軽く洗い、①のゆで汁と水を加え「玄

米がゆ! の水位目盛1に水 加減します。 ③ゆであずきをのせ健康メ

ニューの「玄米がゆ」を選び、 炊飯ボタンを押します。 ④炊き上がったら、お好み で塩を加えて軽く混ぜます。

とろごは

健康メニュー 炊き込み

でき上がり目安:約55分

●1人分 約440kcal

材料 (4人分)

٠	米(うるち米)	カップ2
	押麦	カップ1
	山芋	· 250g

だし汁… カップ 1% A しょうゆ… 大さじ1 みりん……小さじ1 青のり粉 …… 少々

作りかた

①米と押麦を混ぜて軽く研ぎます。 ②「分づき米」の水位目盛3に水加減し、 約1時間浸します。 ③健康メニューの「炊き込み」を選び

炊飯ボタンを押します。



健康メニュー 炊き込み

でき上がり目安:約50分

●1人分 約440kcal

材料 (4人分)

米(うるち米) カップ ½	ささげ 50g
もち米 カップ2½	塩小さじ/2

作りかた

①米ともち米は合わせて研ぎ、ざるに あげて水気をきります。

②ささげは一度ゆでこぼし、新しい水で 硬めにゆで、ささげとゆで汁を分けて 冷まします。

③①に、ゆで汁と水を加え、「おこわ」 の水位目盛3に水加減し、塩を入れて かき混ぜます。

④②のささげをのせ、健康メニューの 炊き込み を選び、 炊飯 ボタンを押し ます。

⑤炊き上がったら、ほぐして器に盛ります。





時間がたつとささげ が水を吸って、うま く炊けないことがあ

ワンポイント

トッピングは、オクラの しょうゆあえや、ねぎと わさび、たらこ、高菜炒 めなどお好みのものを。



ワンポイント

野菜はミックスベジ タブルやお好みの野 菜を使ってもよいで

でき上がり目安:約52分 ●1人分 約460kcal

材料 (4人分)

④Aを合わせます。

⑤山芋は酢水につけながら

皮をむき、おろしがねでお

ろし、すり鉢でよくすり、

Aを少しづつ加えてのばし ます。(Aの量はお好みで 加減してください。)

⑥器に麦ごはんを盛り、⑤

のとろろ汁をかけ、青のり

※麦の量は、お好みに応じ

てカップ %~1の間で調

粉を散らします。

整してください。

健康メニュー

炊き込み

	11 () ()
米	(うるち米) カップ2
	「小玉ねぎ (半分に切る) 4個
	じゃがいも (1cm角切り) 中1個
	にんじん (7mm角切り) 中½本
۸.	グリーンアスパラガス(1cmの長さに切る)
A	3本
	カリフラワー(小房に分ける) 100g
	ホールコーン (缶詰・水気をきる)…カップ 1/2
	グリンピース缶(缶詰・水気をきる)…カップ 3/3
サ	ラダ油 大さじ2
F =	キンスープ 200mL
塩	・こしょう 少々

作りかた

①米は研いでから、ざるにあげて水気 をきっておきます。

②フライバンでサラダ油大さじ1を熱し、 Aをさっと炒め、軽く塩、こしょうを し、器にあけておきます。

③フライバンにサラダ油大さじ1を熱し、 米がすき通るまで炒めます。

④炒めた米にチキンスープを加え「白米(無洗米)軟」の水位 目盛2よりやや多めに水加減し、塩、こしょうをしてから よく混ぜます。

(5)②を上にのせ、健康メニュー の「炊き込み」を選び、「炊飯 ボタンを押します。 ⑥炊き上がったら、 ほぐして器に盛ります。



ワンポイント

合わせ酢は、好みにより調節してください。

魚介類を使ったおすしは、甘さを抑えた(合わせ酢A)を、 ちらしずし・いなりずしは甘めの

(合わせ酢B)をおすすめします。 合わせ酢は、お好みによりA・Bの どちらかを準備してください。



र्व

炊き分け 白 米

でき上がり目安:約45分

砂糖…… 大さじ1 ●1人分 約420kcal 塩…… 小さじ1弱

材料 (4人分)

(合わせ酢B) 酢……… 大さじ5 米(うるち米)… カップ3 砂糖…… 大さじ2 昆布………15cm 塩…… 小さじ1弱

(合わせ酢A)

酢…… 大さじ5

白米(#5%)

作りかた

①下ごしらえ

昆布は、ふきんで拭いて汚れを取り、 切り込みを4~5か所入れておきます。 ②水加減

米を研いでから、「硬(すし)」の水位 目盛3に水加減し、昆布をのせます。

③炊き分けを「白米」にして炊飯炊き分けの「白米」を選び、 炊飯ボタンを押します。 4)酢をかける

炊き上がったら、昆布を取り出し、飯台にごはんを移し、 お好みに合わせ、合わせ酢Aまたは合わせ酢Bを全体にか けて切るように混ぜます。

⑤冷ます

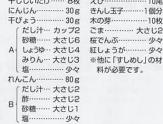
混ぜて1分ほどしたら、うちわであおぎ、人肌程度に冷ま し、ぬれぶきんをかけておきます。

炊き分け 白 米

でき上がり目安:約45分

●1人分 約610kcal

材料(4人分)



干ししいたけ…… 8枚 えび…………10屋 だし汁… カップ2 ごま……… 大さじ2 砂糖…… 大さじ6 桜でんぶ……… 少々 ※他に「すしめし」の材 料が必要です。

作りかた

①すしごはんは「すしめし」で作ります。 酢は (合わせ酢B) にします。

②水でもどして石づきを取った干ししいたけ、 にんじんはせん切りにします。干びょうは塩も みして洗い、やわらかくゆでてから1cmの長さ に切ります。

③②をAで汁がなくなるまで煮つめます。 ④れんこんは薄切りにして酢水につけてアクを 抜き、軽く熱湯に通してBにつけておきます。 ⑤えびは背わたを取り、殻をむいてゆでます。 ⑥①に②とごまを混ぜ合わせ、器に盛って④、⑤、 桜でんぶ、きんし玉子、紅しょうが、木の芽を 散らします。

仕 様

型	名	RZ-CS10 (1.0Lタイプ)	RZ-CS18 (1.8Lタイプ)
炊	飯 容 量	0.09L(0.5合)~1.0L(5.5合)	0.18L(1合)~1.8L(1升)
電	源	交流	100V
定相	8 周 波 数	50-60	DHz共用
消費	炊 飯 時	1400W	1400W
電力	保温時 (平均)	35W (おさえめ保温の場合27W)	45W (おさえめ保温の場合35W)
_ _	ドの長さ	1.	0 m
大	幅	25.4cm	28.9cm
き	奥 行	35.2cm	39.3cm
さ	高さ	18.7cm	21.0cm
質	量(重さ)	約3.8kg	約 4.6kg

※保温時(平均)の電力は、安定時1時間あたりの保温消費電力です。(室温20℃の場合) ※[切]の状態での1時間あたりの消費電力は約0.8Wです。

保証とアフターサービス

(必ずお読みください)

■保証書 (裏表紙)

保証書は、必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記 入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただ き内容をよくお読みのあと大切に保管してください。 ●保証期間はお買い上げの日から1年です。

■補修用性能部品の保有期間

IHジャー炊飯器の補修用性能部品の保有期間は製造打切り後6年です。

●補修用性能部品とは、その商品の機能を維持する ために必要な部品です。

■ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談並びにご不明な点は、お買い上 けの販売店または最寄りの日立家電品のお客様ご談 窓口一覧表の窓口(23ページ)にお問い合わせくだ さい。

■ご転居されるときは

ご転居により、お買い上げの販売店のアフターサービスを受けられなくなる場合は、前もって販売店に ご相談ください。ご転居先での日立の家電品取扱店 を紹介させていただきます。

■修理を依頼されるときは「持込修理

「こんなときは」(16ページ)を調べていただき、な お異常のあるときは、スイッチを切りコンセントか らプラグを抜き、お買い上げの販売店に修理をご依 頼ください。

• 保証期間中は

修理に際しましては、保証書をご提示ください。 保証書の規定に従って販売店が修理させていただき ます。

保証期間が過ぎているときは

修理すれば使用できる場合には、ご希望により修理 させていただきます。

■修理料金の仕組み

修理料金=技術料+部品代

	故障した製品を正常に修復するための料金で
技術料	す。技術者の人件費、技術教育費、測定機器
	等設備費、一般管理費等が含まれています。

部 品 代 修理に使用した部品代金です。その他修理に付 帯する部材等を含む場合もあります。

愛情点検

長年で使用の IH ジャー炊飯器の点検を / ● IH ジャー炊飯器の補修用性能部品の保有期間は、製造打切り後6年です。



こんな症状はありませんか

- ●ブラグやコードが異常に熱くなる。●コードに傷がついていたり、ふれると通電したりしなかったりする。
- ●こげくさいにおいがする。
- ⇒炊飯中底部のファンが回っていない。◆その他の異常・故障がある。

故障や事故防止のため、スイッチを 切りコンセントからブラグを抜き 販売店にご連絡ください。点検・ 修理についての費用など詳しいこ とは販売店にご相談ください。

お願い

◎ 日立ホーム&ライフソリューション株式会社

日立家電品のお客様ご相談窓口一覧表

(家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示)

日立家電品についてのご相談や修理はお買上げの販売店へ

なお、転居されたり、贈物でいただいたものの修理などで、ご不明な点は下記窓口にご相談ください。

修理などアフターサービスに 関するご相談は TEL 0120-3121-68 FAX 0120-3121-87

商品情報やお取り扱いに ついてのご相談は TEL 0120-3121-11 FAX 0120-3121-34

一般ご相談窓口 家電品についてのご意見やご要望は各地区のお客様相談センターへ

担当地域	電話番号	所 在 地
北海道地区	011-833-5088	札幌市白石区東札幌2条4-1-10
東北地区	022-232-5088	仙台市宮城野区扇町1-1-45
関東・甲信越地区	03-3834-8588	台東区東上野2-7-5 (日立家電上野ビル)
中部地区	052-795-5088	名古屋市守山区新守町59(日立家電新守山ビル)
関西地区	078-431-5088	神戸市東灘区甲南町1-3-8
中国地区	082-231-5088	広島市西区観音新町1-7-17
四国地区	0877-47-1088	坂出市林田町 4 2 8 5 - 1 4 3
九州・沖縄地区	092-281-5088	福岡市博多区店屋町7-18 (博多渡辺ビル)

●ご相談窓口の名称、所在地等は変更になることがありますのでご了承ください。

-03A-

日立 IH ジャー炊飯器保証書 持込修理

保証期間内に取扱説明書、本体ラベル等の注意書きにしたがって正常な使用状態で使用していて 故障した場合には、本書記載内容にもとづきお買い上げの販売店が無料修理いたします。 お買い上げの日から下記の期間内に故障した場合は、商品と本書をお持ちいただき、お買い上げ の販売店に修理をご依頼ください。なお、商品をお買い上げの販売店(修理申出先)やメーカーへ 送付した場合の送料等はお客様の負担となります。

*	- 10			>	K	お	買	6,	上	げ	H	保	証	期	間
※型名				3	P J	戊	4	Ē.	月		Н	本	体:	1	年
※お客様	ご住所ご芳名	Ŧ	U P	717									QI.		様
※販売店	住 所店 名								電話			Ī			

※印欄に記入のない場合は無効となりますから必ずご確認ください。

- 1. 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。
- (イ)使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障または損傷。
- (ロ)お買い上げ後の落下、引っ越し、輸送等による故障または損傷。
- (ハ)火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や異常電圧による故障または損傷。
- (二)車両、船舶にとう載して使用された場合に生じた故障または損傷。
- (ホ)業務用に使用されて生じた故障または損傷。
- (へ)本書のご提示がない場合。
- (ト)本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換 えられた場合。
- 2. この商品について出張修理をご希望の場合には、出張に要する実費を申し受けます。
- 3. ご転居の場合は事前にお買い上げの販売店にご相談ください。
- 4. 贈答品等で本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合には取扱説明書の 23ページの日立家電品ご相談窓口一覧表をご覧のうえ、お近くの窓口にご相談ください。
- 5. 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保存してください。
- 6. 本書は日本国内においてのみ有効です。Effective only in Japan.
- ●この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。 したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保 証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げの販売店または取扱説明書の23ペ ジの日立家電品ご相談窓口一覧表の窓口にお問い合わせください。

保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について詳しくは、取扱説明書をご覧ください。

MYTO		-
修理	Х	t

日立ホーム&ライフソリューション株式会社

〒105-8410 東京都港区西新橋 2-15-12 電話 (03) 3502-2111